

## Pressemeldung der Deutschen Gesellschaft für Rheumatologie e.V. (DGRh)

### **Rheumatische Erkrankungen:**

#### **Ein Hund kann die Lebensqualität verbessern**

**Berlin, Januar 2023 – Patientinnen und Patienten mit einer chronisch entzündlichen rheumatischen Erkrankung haben unter anderem durch ihre dauerhaften Schmerzen und möglichen Depressionen eine geringere Lebensqualität. Jetzt wurde nachgewiesen: Diese kann sich durch einen Hund entscheidend verbessern. Die Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie e.V. (DGRh) betont angesichts der Studie die Bedeutung von Bewegung bei rheumatischen Erkrankungen.**

Eine aktuelle Studie der Hochschule Hannover zu Gelenkrheuma bei Frauen und Männern, die sich zu Hause einen Hund oder eine Katze halten, belegt den positiven Einfluss auf die Lebensqualität.<sup>1</sup> Zu ihrem Befinden wurden 150 Betroffene aus der rheumatologischen Ambulanz der Klinik mit Arthritis (RA), Psoriasis-Arthritis (PsA) und Spondyloarthritiden (SpA) befragt. Ein Haustier hielten 38 Prozent von ihnen, mehrheitlich Hunde. 64 Prozent der Befragten und 75 Prozent der Katzen- bzw. 60 Prozent der Hundehalter waren weiblich. 80 Prozent der Betroffenen gaben einen positiven Einfluss des Haustieres auf ihr Allgemeinbefinden an, wobei Hunde einen deutlich größeren Einfluss darauf hatten als Katzen. Frauen mit Hund betonten, dass sich ihre Lebensqualität deutlich verbessert habe. Auch leichte Depressionen und Schmerzen konnten mit Hunden im Haushalt viel besser bewältigt werden.

„Mit unseren Daten haben wir den positiven Einfluss von Hunden auf die Depression und die Lebensqualität bei Patient:innen mit entzündlich-rheumatischen Gelenkerkrankungen nachgewiesen. Ob dieser Effekt jedoch allein auf die vermehrte Bewegung durch die Hundehaltung oder auch aus einer emotionalen Zuwendung zum Haustier resultiert, lässt sich aus den vorliegenden Daten nicht erkennen“, resümierte Studienleiterin Stefanie Hirsch auf dem Deutschen Rheumatologie-Kongress 2022.<sup>2</sup>

Die Erkenntnis, dass Bewegung für Betroffene mit chronisch-entzündlichen Gelenkerkrankungen von Vorteil ist, unterstreicht auch die European Alliance Of Associations For Rheumatology (EULAR).<sup>3</sup> In ihren aktuellen Empfehlungen sprechen sich die Expert:innen klar für möglichst regelmäßige Bewegung aus, vom Gerätetraining bis hin zu Aerobic und Kardio-Gymnastik in moderater Intensität. In diversen Untersuchungen hat sich herausgestellt, dass sich Rheumakranke, die rund 150 Minuten pro

Woche allein oder in Gruppen trainieren, wesentlich besser fühlen. Ihre Schmerzen, Müdigkeit und Depressionen verringerten sich, Beweglichkeit und Lebensqualität verbesserten sich deutlich. Wer sich zusätzlich noch gesund ernährt, nur moderat Alkohol und Tabak konsumiert, sein Gewicht reduziert und kontrolliert, profitiere noch stärker hinsichtlich geminderter Beschwerden.

„Wenn sich Patient:innen mit entzündlich rheumatischen Gelenkerkrankungen nicht nur zum Gassighen mit dem Hund, sondern auch noch zu Sportaktivitäten entschließen, können sie ihre Lebensqualität nochmals deutlich verbessern“, kommentiert Prof. Dr. med Andreas Krause, 2. Vizepräsident der DGRh und Chefarzt am Immanuel Krankenhaus Berlin die aktuellen Erkenntnisse und Empfehlungen.

*Bei Abdruck Beleg erbeten.*

#### **Quellen:**

<sup>1</sup> 2022 Hirsch et al, Poster-Session „Der Einfluss der Hundehaltung auf Lebensqualität, Schmerz und Depression bei Patient:innen mit entzündlich rheumatischen Gelenkerkrankungen“

<https://www.egms.de/static/en/meetings/dgrh2022/22dgrh153.shtml>

<sup>2</sup> Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie. Deutsche Gesellschaft für Orthopädische Rheumatologie. Gesellschaft für Kinder- und Jugendrheumatologie. Deutscher Rheumatologiekongress 2022, 50. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Rheumatologie (DGRh), 36. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Orthopädische Rheumatologie (DGORh), 32. Jahrestagung der Gesellschaft für Kinder- und Jugendrheumatologie (GKJR). Berlin, 31.08.-03.09.2022. Düsseldorf: German Medical Science GMS Publishing House; 2022. DocRA.05

<sup>3</sup> Gwinnutt JM, Wieczorek M, Balanescu A, et al 2021 EULAR recommendations regarding lifestyle behaviours and work participation to prevent progression of rheumatic and musculoskeletal diseases *Annals of the Rheumatic Diseases* Published Online First: 08 March 2022.

doi:10.1136/annrheumdis-2021-222020

#### **Über die DGRh**

Die DGRh ist mit mehr als 1600 Mitgliedern die größte medizinisch-wissenschaftliche Fachgesellschaft in Deutschland im Bereich der Rheumatologie. Sie repräsentiert hierzulande seit 90 Jahren die rheumatologische Wissenschaft und Forschung und deren Entwicklung. Als gemeinnütziger Verein arbeitet die DGRh unabhängig und ohne Verfolgung wirtschaftlicher Ziele zum Nutzen der Allgemeinheit.

#### **Pressekontakt DGRh für Rückfragen:**

Stephanie Priester

Pressestelle

Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie e.V. (DGRh)

Postfach 30 11 20

70451 Stuttgart

Tel.: +49 711 8931-605

Fax: +49 711 8931-167

E-Mail: [priester@medizinkommunikation.org](mailto:priester@medizinkommunikation.org)

**Kontakt DGRh:**

Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie e.V.

Geschäftsstelle

Anna Julia Voormann

Generalsekretärin

Wilhelmine-Gemberg-Weg 6, Aufgang C

10179 Berlin

Tel. +49 30 240 484 70

Fax +49 30 240 484 79

E-Mail: [anna.voormann@dgrh.de](mailto:anna.voormann@dgrh.de)

<http://www.dgrh.de>